



Acredito que você não tenha caído aqui de paraquedas à toa, então deixa eu te fazer uma pergunta: quanto tempo faz que você fez seu último curso?

Se tem uma coisa na vida que você não pode parar de fazer é aprender, pois só através do conhecimento que conseguimos vencer na vida.

Caso não acredite no que estou falando, pense comigo o seguinte exemplo: imagine que o grande Mark Zuckerberg vai vender amanhã o Facebook, e que depois de vendê-lo, ele decide abrir uma pequena loja de roupa no subúrbio. Você acha que ele não transformaria essa lojinha em uma multinacional em poucos meses?

O conhecimento que ele tem não tem preço!

O conhecimento é a verdadeira riqueza dele, agora vamos entender um pouco sobre a importância desse conhecimento.

Qual a importância de fazer um curso de desenvolvimento pessoal?



Além de agregar muito ao seu currículo, um curso, ainda que gratuito ou livre, ajuda na mudança do seu pensamento, tornando mais fácil resolver problemas e atravessar obstáculos na sua vida pessoal e profissional.

Estudar mostra ao seu superior que você quer se aperfeiçoar e não ficar parado no tempo. Além disso, ajuda a estimular sua memória e aprimorar suas soft skills.

O leque de benefícios que o aprendizado pode te proporcionar é bem amplo.

De toda maneira, não se sinta pressionado a fazer mil cursos ao mesmo tempo só porque "fulaninho" está fazendo, ok? Cada um tem seu tempo.

6 cursos online gratuitos para o seu desenvolvimento pessoal e profissional



1. Doulingo

São muitas as formas que existem de se aprender uma nova língua. No entanto, o [Duolingo](#) continua sendo o app mais usado para se aprender uma nova língua.

Relaxe que as aulas não tomarão longas horas do seu dia, pois com alguns minutos diários você cria o hábito de estudar e começa a aprender uma nova língua. Aprender um novo idioma não só fortalece seu currículo, como também te ajuda a atravessar barreiras e a viajar para outros países.

2. SENAI

O Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial ([SENAI](#)) disponibilizou mais de 10 cursos online de diversas áreas, como arquitetura, empreendedorismo, finanças e programação.

Acredito que pelo menos 1 desses cursos de graça agregará na sua vida, como por exemplo o de finanças, pois independentemente da sua profissão todos temos contas a pagar e finanças para gerenciar.

Com este curso acredito que você acabará gerenciando melhor sua vida financeira e consequentemente tendo melhores hábitos de vida.

3. Cursos online da fundação Bradesco

Você já ouviu falar da [Fundação Bradesco](#)? Se ainda não, é interessante você estar por dentro, porque eles reúnem 94 cursos, do básico ao avançado, que ajudam a nos apresentar melhor no ambiente de trabalho, como de comunicação e escrita.

Dentre essa grande variedade de cursos existem alguns deles que são indispensáveis para você que deseja se aperfeiçoar na sua área de atuação, como o curso de imagem pessoal e de postura empresarial.

Acho que se você me conhece já cansou de ouvir a importância de ter uma postura empresarial e uma boa imagem pessoal.

Mas só pra te lembrar um pouco, esses cursos são importantes para que tanto seus clientes quanto seu superior vejam você como um profissional exemplar com potencial para se tornar uma referência.

4. Aulas de ioga gratuitas

No canal do Youtube da [Casa Yoga Sandrananda](#) tem, além de inúmeras playlists, uma série de 50 aulas de meditação, ayurveda e yoga, que você pode fazer quando e onde você quiser.

Além das aulas, neste mesmo canal existem exercícios voltados para a respiração, onde você consegue filtrar de maneira intuitiva qual prática e o que deseja fazer.

Com um exercício de meditação diário e principalmente antes do trabalho, você melhora suas funções cognitivas, aumenta o foco nas tarefas a serem realizadas, diminui o estresse e a ansiedade. Acho que não preciso falar mais nada para convencer você a fazer, não é?

5. Coursera

[Coursera](#) é a plataforma de e-learning mais famosa do mundo. Ou seja, é uma plataforma especializada em apresentar cursos para especialização e por lá tem de tudo!

Cursos para aprender do zero, para se especializar em uma área técnica ou para se aperfeiçoar no seu hobby.

Bom, eu sei o que você está pensando, "mas Diego, está tudo em inglês!". Sim, a maioria dos cursos são em inglês, mas todos eles tem legenda e sim, lá também existem cursos em português. Tudo depende da sua escolha de especialização.

Além de tudo isso, a Coursera também oferece uma editoria especial para estudantes universitários aprimorarem cada vez mais o seu conhecimento. E lembre-se É TUDO GRATUITO! Clique em [College Students](#) e escolha seu curso.

6. Sebrae

Acho que você já ouviu falar dos cursos gratuitos do [Sebrae](#), mas você realmente sabe a variedade de cursos gratuitos oferecidos por eles e os diferentes formatos que você pode consumir o conteúdo?

Você pode consumir os conteúdos em áudio, e-books, vídeos e até jogos. E só para te lembrar caso ainda não tenha ficado claro, todo o acesso é gratuito e você pode seguir a ordem de aprendizado, do básico ao avançado ou conforme sua vontade.

Dentre os cursos oferecidos, estão o de empreendedorismo, finanças, planejamento, inovação e muitos outros.

Desta forma até parece fácil, não é mesmo?

Agora que você já tem todos os caminhos adequados para iniciar, lembre-se: não precisa fazer tudo de uma vez, você pode incluí-los ao longo do seu tempo.

O que achou deste conteúdo? Gostaria de baixá-lo? Clique aqui para o download do conteúdo e comente aqui abaixo sua experiência com esses cursos.